

УТВЕРЖДАЮ
директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.



МЕНЮ
МБДОУ № 92 на 29.09.2022

САД дети дошкольного возраста с 3х до 8 лет с 12-ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Каша гречневая вязкая молочная	180	3,35	2,09	34,94	171,94
Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
	440	5,72	5,95	75,89	378,52
ЗАВТРАК 2					
плоды свежие (бананы)	100	1,50	0,10	22,07	96,00
	100	1,50	0,10	22,07	96,00
ОБЕД					
Суп картофельный с бобовыми гороховый (с мясом) 162/18	180/18	4,81	2,52	14,02	97,99
Макаронные изделия отварные	130	2,39	0,16	20,40	76,95
Котлеты (куриные) припущенные	70	10,43	11,19	8,10	174,85
Икра баклажановая(промышленного производства)	60	1,02	7,98	3,06	88,80
Компот из смеси сухофруктов+вит.С	180	0,07	0,00	16,74	63,67
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	680	22,98	22,45	92,50	646,56
ПОЛДНИК					
Булочка молочная	70	3,16	6,64	23,24	165,26
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
	250	8,38	11,14	31,88	262,60
УЖИН					
Винегрет овощной	180	9,90	13,50	18,61	235,55
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	11,54	89,14
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	450	20,56	21,68	40,87	439,89
итого по меню	1920	59,14	61,32	263,21	1823,57